

5 сентября 2024

столовая МБОУ "Лицей №14" НМР РТ

Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Угл-ды,г	ЭЦ,ккал	
Четверг						
Горячий завтрак (младшие)						
Сыр(порц)	10	2,63	2,66	0	34,33	
Котлеты "Нежные" из куриных грудок	90	6,6	12,93	13,79	169,8	
Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	150/3	6,7	4,38	35,99	227	
Напиток из урюка	200	0,75	0,06	15,95	68,52	
Хлеб белый	20	1,52	0,16	9,84	47	
Хлеб дарницкии	20	1,98	0,36	11,88	59,4	
Итого:	503	80,66	20,18	20,55	87,45	606,05
Горячий завтрак(старшие)						
Печенье	20	1,48	1,88	5,42	62,14	
Котлеты "Нежные" из куриных грудок	100	6,83	13,11	21,32	188,66	
Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	180/3	7,7	5,07	40,59	247	
Какао с молоком	200	4,08	3,54	2,61	58,6	
Хлеб белый	20	1,98	0,36	11,88	59,4	
Хлеб дарницкии	30	1,32	0,24	7,92	39,6	
Итого:	553	83,8	23,59	24,12	91,66	662,8
Завтрак (Мобилизованные)						
Бутерброд с сыром и маслом сливочным(30/15/5)	50	6,27	7,86	14,83	155	
Каша геркулесовая молочная вязкая	250	9,44	14,1	43,22	301	
Какао с молоком	200	4,08	3,54	2,61	58,6	
Батон нарезной	50	3,76	1,74	30,84	132	
Итого:	550	23,55	24,04	91,5	646,6	
Обед (Мобилизованные)						
Печенье	20	1,48	1,88	5,42	62,14	
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	9,07	1,69	29,03	263,1	
Котлеты "Нежные" из куриных грудок	100	6,83	13,11	21,32	18,66	
Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	180/3	7,7	5,07	40,59	247	
Напиток из урюка	200	0,75	0,06	15,95	68,52	
Хлеб белый	20	1,52	0,16	9,84	47	
Хлеб дарницкии	30	1,98	0,36	11,88	59,4	
Итого:	803	126,8	29,93	33,33	134,03	935,82
Всего	1353	53,48	57,37	225,53	1582,42	

Директор



Шеф повар